

**БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ОРЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ
«ИНСТИТУТ РАЗВИТИЯ ОБРАЗОВАНИЯ»**

ПРОЕКТ ДИПЛОМНОЙ РАБОТЫ

**«Физическая культура и спорт как факторы здорового образа
жизни обучающихся СПО»**

Актуальность темы

- *Здоровье – бесценное достояние не только каждого человека, но и всего общества. Крепкое здоровье, разумно сохраняемое и укрепляемое самим человеком, обеспечивает ему долгую и активную жизнь. В социальной жизни в системе образования, воспитания и отдыха физическая культура и спорт проявляют свое оздоровительное, общекультурное значение.*
- * Физическое развитие тесно связано с укреплением и сохранением здоровья человека. Активно используя разнообразные физические упражнения, занимаясь различными видами спорта, человек улучшает свое физическое состояние. Обществу важно иметь здоровое подрастающее поколение. И задачей физической культуры и спорта является пропаганда здорового образа жизни, привлечение большого количества людей в том числе и обучающихся СПО к систематическим занятиям обучающихся физкультурой и спортом во внеурочное время. Государство актуализирует проблему сохранения физического здоровья обучающихся в образовательных учреждениях России, считая, что поддержание и укрепление физического здоровья обучающихся напрямую связано с их двигательной активностью.*
- * Таким образом, можно отметить особую актуальность исследования темы «Физическая культура и спорт как факторы здорового образа жизни обучающегося СПО»*

Верховский филиал БПОУ ОО «Ливенский строительный техникум»



Основное здание Верховского филиала БПОУ ОО «Ливенский строительный техникум», располагается в селе Русский Брод по улице Ани Гайтеровой дом 40.

В настоящее время здесь обучается около 70 человек юношей и девушек из различных районов Орловской области. Профессиональное училище было основано в 1964 году.

За время существования училища было выпущено около 11 000 специалистов различных профессий. С 2015 года это учебное заведение готовит специалистов по двум профессиям, «Тракторист – машинист сельскохозяйственного производства» и «Повар – кондитер». Материально техническая база конечно не совсем современная, но достаточная, чтобы проводить занятия не только по специальным предметам, но по общеобразовательным, в том числе и по физической культуре.

Обоснование проблемы

- * *Объектом исследования является физкультура и спорт как факторы здорового образа жизни обучающихся СПО. Каким образом они оказывают воздействие на здоровый образ жизни человека, на его содержательные характеристики для укрепления здоровья.*
- * *В законе Российской Федерации «об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г.) в качестве основополагающих принципов государственной политики и правового регулирования отношений в сфере образования заявлены гуманистический характер образования и приоритет жизни, здоровья, свободного развития личности обучающихся согласно их склонностям,*

Цель и задачи проекта

Цель модернизация системы физического воспитания в учебном заведении направленная на формирование ценностно – мотивационного отношения обучающихся к личной физической культуре и здоровому образу жизни, пропаганда здорового образа жизни, повышение стремления использовать двигательную активность на занятиях физической культуры и спортом.

Задачи:

- 1. Совершенствование в учебном заведении здоровь формирующей среды, обеспечивающей повышение уровня физической и умственной работоспособности обучающихся.*
- 2. Создание условий для формирования потребностей обучающихся в здоровом образе жизни, в повышении уровня двигательной активности.*
- 3. Создание условий и стимулов для расширения сети спортивных команд или групп функционирующих на базе учебного заведения и социальных партнеров.*
- 4. Внедрение системы мониторинга состояния здоровья, физического развития и физической подготовленности обучающихся с четкими критериями оценки, позволяющими (при необходимости) вносить соответствующие коррективы в образовательный процесс, других видов мониторинга, обеспечивающих реализацию проекта.*
- 5. Разработка и внедрение образовательных программ адаптивной физической культуры для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов.*
- 6. Изменение подходов к преподаванию физической культуры в учебном заведении СПО, совершенствование системы физкультурно – оздоровительной работы во внеурочной деятельности.*

Ожидаемые результаты

- * Приобретённые навыки в сфере физической культуры и спорте помогут осознанно выбрать здоровый образ жизни.*
- * Полученные обучающимися знания и представления о себе, о своем здоровье и двигательной активности позволят найти способы укрепления и сохранения здоровья.*
- * Информация и практический опыт обучающихся даст им возможность в реализации своих навыков и умений при выполнении физических упражнений или занятий спортом.*
- * Полученные теоретические знания в ходе учебного процесса дадут информацию о своем физическом развитии.*

Физкультурно – спортивная жизнь обучающихся Верховского филиала БПОУ ОО «Ливенский строительный техникум»

Занятия по физической культуре проводятся как в спортивном зале, так и на стадионе. В зависимости от времени года и от прохождения раздела по физической культуре



(работа по станциям)



(упражнения на перекладине)

Спортивные игры на стадионе

Обучающиеся филиала играют в футбол не только в своей группе, но и проводятся соревнования между группами, а также между обучающимися учебного заведения и учащимися Русско Бродской школы.



братская встреча по футболу между обучающимися филиала и учащимися Русско Бродской школы



Спортивные состязания



(Армрестлинг)

(поднятие гири 24 кг.)



*По окончании занятий по лыжной подготовке,
всегда проводятся соревнования сильнейших
обучающихся в этом виде спорта.*



(кросс 3000 метров)

Ожидаемые результаты

- 1. Приобретённые навыки в сфере физической культуры и спорте помогут осознанно выбрать здоровый образ жизни.*
- 2. Полученные обучающимися знания и представления о себе, о своем здоровье и двигательной активности позволят найти способы укрепления и сохранения здоровья.*
- 3. Информация и практический опыт обучающихся даст им возможность в реализации своих навыков и умений при выполнении физических упражнений или занятий спортом.*
- 4. Полученные теоретические знания в ходе учебного процесса дадут информацию о своем физическом развитии.*

Ожидаемые результаты



Подготовил данный материал руководитель физического воспитания
Верховского филиала БПОУ ОО «Ливенский строительный техникум»
Чистяков Сергей Анатольевич

Спасибо за внимание!